

PENGARUH LAYANAN INFORMASI PEMAHAMAN DIRI TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL PADA SISWA KELAS XI SMA

Ari Saputra, Busri Endang, Sri Lestari

Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNTAN Pontianak

Email: saputraari254@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi objektif tentang pengaruh layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI yang terdaftar di SMA Tahun Pelajaran 2014/2015 yang mengikuti layanan informasi pemahaman diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi pemahaman diri siswa kelas XI SMA mencapai 69,48% termasuk kategori baik. Kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA mencapai 70,80% termasuk kategori baik. Layanan informasi pemahaman diri berpengaruh terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA yang ditunjukkan dengan persamaan regresi, yaitu $\hat{Y} = 1,234 + 0,575X + e$. Koefisien korelasi menunjukkan nilai sebesar 0,589 yang berarti adanya hubungan atau korelasi yang cukup kuat dan positif antara layanan informasi pemahaman diri dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA. Hasil uji t menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} ($4,672 > 2,021$) yang berarti hipotesis nol ditolak. Analisis koefisien determinasi menunjukkan bahwa kontribusi pengaruh layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA sebesar 34,70%, dan sisanya 65,30% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: Layanan Informasi, Pemahaman Diri, Kecerdasan Emosional

Abstract: This research aims to obtain objective information about the influence of self understanding service information to emotional intelligence at students grade XI of Senior High School. The method used in this research is descriptive method with quantitative approach. The population this research is all of students grade IX of Senior High School in the Year 2014/2015 which follows self understanding service information. The research result shows that the self understanding service information of students grade XI reaching 69.48% inclusive of good category. The emotional intelligence at students grade XI reaching 70.80% inclusive of good category. The self understanding service information influence to emotional intelligence at students grade XI of Senior High School showed with regression equation: $\hat{Y} = 1,234 + 0,575X + e$. The coefficient correlation show result as big as 0.589 what its meaning existence correlation which strong enough and positive between self understanding service information with emotional intelligence at students grade XI of Senior High School. The t-test show that hypothesis nil refused. The analysis of determination coefficient show that 34.70% the emotional intelligent influenced self understanding service information.

Keyword: Information Services, Self Understanding, Emotional Intelligence

Perkembangan emosi pada remaja ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak. Menurut Asrori (2008: 63), masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosional. Masa ini biasanya dirasakan sebagai masa yang sulit, baik bagi remaja sendiri maupun bagi keluarga atau

lingkungannya. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi yang berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian.

Perkembangan emosi pada remaja ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak. Menurut Asrori (2008: 63), masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosional. Masa ini biasanya dirasakan sebagai masa yang sulit, baik bagi remaja sendiri maupun bagi keluarga atau lingkungannya. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi yang berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian.

Peran emosi tampak pada bagaimana individu memposisikan dirinya dan bagaimana individu memandang orang lain. Kesadaran akan kondisi emosi atau perasaannya sendiri membawa individu menyadari bahwa individu yang lain pun memiliki sisi-sisi emosi atau perasaan yang serupa. Pendidikan emosi memiliki peran yang sangat penting bagi perkembangan individu. Menurut Mustaqim (dalam Alfiah, dkk., 2013: 65), “Pendidikan emosi sangatlah penting karena harapan suatu bangsa terletak pada baiknya pendidikan di masa mudanya, dan sebagai proses mengubah tingkah laku melalui latihan dan pengalaman”. Dengan demikian, pendidikan emosi perlu diberikan kepada individu sejak usia remaja untuk mengubah perilaku melalui pemberian latihan dan pengalaman agar mampu mengatasi emosi yang meluap-luap.

Keberhasilan siswa tidak hanya ditandai dengan prestasi akademisnya saja, tetapi juga dilihat dari kemampuan dalam mengendalikan perilakunya dalam beretika di lingkungan sekolah. Kecerdasan emosional dalam hal ini sangat dibutuhkan karena emosi menentukan apakah seseorang dapat atau tidak mengendalikan perilakunya. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional diharapkan dapat mampu mengendalikan emosi dan perilakunya.

Menurut Goleman (2002: 58), “Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengembangkan kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan mengembangkan motivasi diri sendiri, kemampuan mengembangkan pengaturan diri, kemampuan mengembangkan empati, dan kemampuan mengembangkan kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain”. Dengan demikian, orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi adalah orang yang mampu mengendalikan diri dan gejolak emosi, memelihara dan memacu motivasi untuk terus berupaya dan tidak mudah menyerah atau putus asa, mampu mengendalikan dan mengatasi stres, mampu menerima kenyataan, dan dapat merasakan kesenangan meskipun dalam keadaan sulit.

Proses belajar di sekolah adalah proses yang sifatnya kompleks dan menyeluruh. Banyak orang berpendapat bahwa untuk meraih prestasi yang tinggi dalam belajar diperlukan kecerdasan intelektual yang tinggi karena inteligensi merupakan bekal potensial yang akan memudahkan dalam belajar dan pada gilirannya akan menghasilkan prestasi belajar yang optimal.

Kenyataannya dalam proses belajar mengajar di sekolah masih sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya. Ada siswa yang mempunyai kemampuan inteligensi tinggi tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah, namun ada siswa yang walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya taraf inteligensi bukan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang karena ada faktor lain yang mempengaruhi, yaitu kecerdasan emosional (*Emotional Quotient*).

Menurut Goleman (dalam Nurnaningsih, 2011: 268), “Kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, di antaranya adalah kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (*mood*), berempati serta kemampuan bekerja sama”. Dengan demikian, kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) memiliki peran yang lebih besar dibandingkan dengan kecerdasan intelektual dalam mempengaruhi kesuksesan seseorang.

Setiap individu memiliki kecerdasan emosional yang berbeda. Menurut Gottman (dalam Nurnaningsih, 2011: 269), “Individu yang memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang lebih baik, dapat menjadi lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain, lebih cakap dalam memahami orang lain dan untuk kerja akademis di sekolah lebih baik”. Namun, tidak semua siswa mampu memaksimalkan kecerdasan emosionalnya sehingga dalam pembelajaran di kelas masih ada siswa yang kurang mampu mengelola emosinya, tidak dapat memotivasi dirinya sendiri, tidak fokus dan cenderung pasif dalam pembelajaran yang berdampak kepada ketidakmampuan dalam menyerap pelajaran secara maksimal, sehingga prestasi belajar siswa menjadi kurang optimal karena belum mampu memahami dirinya sendiri dengan baik.

Menurut Santrock (2003: 333), “Pemahaman diri (*self-understanding*) adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar dan isi dari konsep diri remaja”. Pemahaman diri merupakan aspek penting bagi siswa sekolah menengah atas. Siswa yang memahami diri lebih memiliki peluang yang besar dalam meraih cita-cita dari pada siswa yang belum mengenal dengan baik akan diri mereka sendiri. Kondisi ini dikarenakan mereka yang memahami diri telah memahami kemampuan, minat, kepribadian, dan nilai termasuk kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri mereka sehingga mereka memiliki arah dan tujuan hidup yang realistis dimana mereka memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri.

Pemahaman diri yang objektif akan membuat seseorang mengerti akan dirinya, termasuk kelemahan dan kelebihan yang dimiliki serta bisa bersikap positif dalam menanggapi kelemahan dan kelebihan yang ada. Seseorang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri akan mampu menerima keadaan dirinya secara tenang dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, memiliki kesadaran dan penerimaan penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, dapat menghargai diri sendiri dan menghargai orang lain, serta menerima keadaan emosionalnya, seperti depresi, marah, takut, cemas, dan lain-lain tanpa mengganggu orang lain.

Salah satu cara yang dapat dilakukan sekolah dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa dapat dilakukan melalui program layanan bimbingan dan konseling. Pengembangan pribadi siswa melalui pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah bisa diwujudkan melalui layanan informasi pemahaman diri. Mengingat layanan informasi pemahaman diri sangat penting, maka seorang konselor sekolah perlu menyiapkan materi-materi yang berhubungan dengan layanan informasi pemahaman diri agar membantu siswa dalam masa perkembangannya sehingga siswa mampu mengoptimalkan potensi-potensi yang dimilikinya dan dapat memahami dirinya sendiri. Oleh karena itu, masalah pengembangan kecerdasan emosional siswa diharapkan dapat diatasi dengan melaksanakan kegiatan layanan informasi pemahaman diri.

Berdasarkan hasil observasi awal terhadap siswa kelas XI di SMA menunjukkan bahwa siswa masih belum mampu memahami dirinya sendiri karena kurang percaya diri dan merasa rendah diri dengan wajah yang kurang menarik, mudah putus asa apabila

mengalami kegagalan, dan punya cita-cita yang kurang sesuai dengan kemampuannya. Kondisi emosional kebanyakan siswa cenderung tidak dapat terkontrol dengan baik, seperti sering bertengkar, membandel di sekolah, keras kepala, suasana hatinya sering berubah-ubah, terlalu banyak bicara, sering mengolok-olok dan bertemperamen tinggi, di sekolah banyak yang merasa cemas dan depresi yang ditunjukkan dengan perilaku seringkali merasa takut, sering merasa gugup dan sedih, serta selalu merasa tidak dicintai oleh lingkungan sekitar. Dalam pergaulan sosial banyak siswa yang menarik diri dari pergaulan, seperti lebih suka menyendiri, bersikap sembunyi-sembunyi, bermuka muram dan kurang bersemangat, merasa tidak bahagia dan terlalu bergantung kepada sesuatu. Permasalahan lain dalam hal perhatian dan berpikir, yaitu masih ada siswa yang tidak mampu memusatkan perhatian dengan baik atau duduk tenang, seringkali melamun, bertindak tanpa berpikir, bersikap terlalu tegang sehingga tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar, serta tidak mampu membuat pikiran menjadi tenang.

Guru bimbingan dan konseling memiliki peran yang sangat penting dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa tersebut. Salah satu cara yang dapat dilakukan guru pembimbing adalah memberikan layanan informasi pemahaman diri untuk mengembangkan kecerdasan emosional agar siswa dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi di dalam mewujudkan pribadi dengan kepercayaan diri yang tinggi, berpikir positif, dan memiliki kebiasaan yang efektif.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dengan bentuk penelitian survei (*survey studies*). Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI yang terdaftar di SMA Tahun Pelajaran 2014/2015 yang mengikuti layanan informasi pemahaman diri. Sampel merupakan bagian dari populasi. Menurut Arikunto (2006:107) bahwa “Apabila subjek populasinya kurang dari seratus, lebih baik diambil semua, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjek populasi besar atau lebih dari seratus, maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%”. Sampel penelitian ini ditentukan sebanyak 20% dari jumlah populasi. Dengan demikian jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 43 siswa. Teknik pengumpul data yang digunakan terdiri dari teknik komunikasi langsung, teknik komunikasi tidak langsung, dan studi dokumentasi. Alat analisis yang digunakan adalah analisis kuantifikasi persentase, analisis regresi sederhana, analisis koefisien korelasi, uji t, dan analisis koefisien determinasi.

Hasil Penelitian

1. Analisis Kuantifikasi Persentase

Analisis kualifikasi persentase dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui penilaian responden terhadap layanan informasi pemahaman diri dan kecerdasan emosional siswa kelas XI di SMA. Rumus yang digunakan untuk menghitung nilai persentase adalah:

$$X\% = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

X% = Persentase yang dicari

n = Jumlah skor aktual

N = Jumlah skor aktual maksimal ideal (Ali, 2013: 201)

Hasil persentase dikonsultasikan dengan tolok ukur menurut Popham James dan Sirotnik Kenneth A. (dalam Fahturrahman, 2015: 5) sebagai berikut:

Tabel 1
Tolok Ukur Penilaian Persentase

Kategori	Persentase
Baik	66,67% - 100%
Cukup	33,34% - 66,66%
Kurang	0,00% - 33,33%

Hasil analisis layanan informasi pemahaman diri siswa kelas XI SMA menggunakan analisis persentase disajikan sebagai berikut.

Tabel 2
Persentase Layanan Informasi Pemahaman Diri

Variabel, Aspek, dan Indikator	Skor Aktual	Skor Maksimal Ideal	X%	Kategori
Layanan Informasi Pemahaman Diri	4.900	7.052	69,48	Baik
1. Percaya Diri	1.831	2.752	66,53	Cukup
2. Berpikir Positif	1.567	2.236	70,08	Baik
3. Memiliki Kebiasaan Positif	1.502	2.064	72,77	Baik

Sumber: Data Olahan, 2016.

Tabel 2 menunjukkan bahwa layanan informasi pemahaman diri mencapai skor aktual 4.900 dari skor maksimal ideal 7.052 yang berarti mencapai 69,48%. Artinya, layanan informasi pemahaman diri yang diberikan oleh guru pembimbing kepada siswa kelas XI SMA termasuk kategori baik.

Hasil analisis kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA menggunakan analisis persentase disajikan pada tabel berikut.

Tabel 3
Persentase Kecerdasan Emosional

Variabel, Aspek, dan Indikator	Skor Aktual	Skor Maksimal Ideal	X%	Kategori
Kecerdasan Emosional	5.967	8.428	70,80	Baik
1. Mengenali Emosi Diri	1.127	1.548	72,80	Baik
2. Mengelola Emosi	1.257	1.829	66,44	Cukup
3. Memotivasi Diri Sendiri	829	1.204	68,85	Baik

4. Mengenali Emosi Orang Lain	734	1.032	71,12	Baik
5. Membina Hubungan dengan Orang Lain	2.020	2.752	73,40	Baik

Sumber: Data Olahan, 2016.

Tabel 3 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa kelas XI mencapai skor aktual 5.967 dari skor maksimal ideal 8.428 yang berarti mencapai 70,80%. Artinya, kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA termasuk dalam kategori baik.

2. Analisis Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA. Nilai-nilai regresi linier sederhana yang diperoleh dari pengolahan data program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* 21.0 disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4
Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1 (Constant)	1.234	.346		3.564	.001
Layanan Informasi Pemahaman Diri (X)	.575	.123	.589	4.672	.000

a. Dependent Variable: Kecerdasan Emosional Siswa (Y)

Sumber: Data Olahan, 2016

Berdasarkan tabel tersebut, maka persamaan model regresi linier sederhana dalam penelitian ini adalah:

$$\hat{Y} = 1,234 + 0,575X + e$$

Persamaan model regresi tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi (b) dalam penelitian ini adalah sebesar 0,575 yang artinya jika skor layanan informasi pemahaman diri ditingkatkan sebesar satu satuan, maka skor kecerdasan emosional siswa akan meningkat sebesar 0,575 satuan. Hal ini berarti jika terjadi perubahan pada variabel layanan informasi pemahaman diri, maka akan diikuti perubahan pada variabel kecerdasan emosional siswa. Dengan demikian, layanan informasi pemahaman diri berpengaruh positif terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA.

3. Analisis Koefisien Korelasi

Analisis koefisien korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional siswa kelas XI di SMA. Nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut.

Tabel 5
Hasil Analisis Koefisien Korelasi (r)

Correlations			
		Layanan Informasi Pemahaman Diri (X)	Kecerdasan Emosional Siswa (Y)
Layanan Informasi Pemahaman Diri (X)	Pearson Correlation	1	.589**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	43	43
Kecerdasan Emosional Siswa (Y)	Pearson Correlation	.589**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	43	43

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Data Olahan, 2016.

Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi layanan informasi pemahaman diri dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA sebesar 0,589. Nilai ini menunjukkan bahwa adanya hubungan atau korelasi yang cukup kuat dan positif antara layanan informasi pemahaman diri dengan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA.

4. Uji t

Uji t digunakan untuk menguji apakah ada pengaruh signifikan antara layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA. Cara pengujiannya adalah membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} dengan kriteria keputusan jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Langkah-langkah uji t diuraikan sebagai berikut:

a. Membuat hipotesis

$H_0 : r = 0$, Artinya layanan informasi pemahaman diri tidak berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA.

$H_a : r \neq 0$, Artinya layanan informasi pemahaman diri berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA.

b. Membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel}

Nilai t_{hitung} dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut.

Tabel 6
Nilai t Hitung

Coefficients ^a					
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta	t
Model					Sig.
1	(Constant)	1.234	.346		3.564 .001
	Layanan Informasi Pemahaman Diri (X)	.575	.123	.589	4.672 .000

a. Dependent Variable: Kecerdasan Emosional Siswa (Y)

Sumber: Data Olahan, 2016.

Tabel 5 menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 4,672. Nilai t_{tabel} dengan taraf signifikansi (α) = 5%, dan derajat bebas (db) = $n - 2 = 43 - 2 = 41$ adalah $\pm 2,021$ (uji dua arah).

c. Keputusan

Berdasarkan nilai t_{hitung} dan t_{tabel} dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} ($4,672 > 2,021$) yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan informasi pemahaman diri berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA.

5. Analisis Koefisien Determinasi

Nilai koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besar kecilnya kontribusi pengaruh layanan informasi pemahaman terhadap kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA. Nilai koefisien determinasi dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut.

Tabel 7
Hasil Analisis Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.589 ^a	.347	.332	.34464

a. Predictors: (Constant), Layanan Informasi Pemahaman Diri (X)

b. Dependent Variable: Kecerdasan Emosional Siswa (Y)

Sumber: Data Olahan, 2016.

Tabel 4.10 menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi pengaruh layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA sebesar 0,346. Artinya kontribusi atau sumbangan pengaruh layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA sebesar 34,70%, dan sisanya 65,30% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian.

Pembahasan

Layanan informasi pemahaman diri merupakan layanan informasi bimbingan yang dilakukan untuk membantu siswa dalam memahami keadaan dirinya baik fisik maupun psikis, memahami makna diri sebagai makhluk Tuhan serta pemahaman akan segala kelebihan dan potensi diri yang dimiliki demi tercapainya kualitas hidup yang lebih baik. Hal tersebut seperti yang dikemukakan oleh Yusuf dan Nurihsan (2010: 16) bahwa “pemahaman, yaitu membantu peserta didik (siswa) agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama)”. Oleh karena itu, siswa yang memahami dirinya telah memahami kemampuan, minat, kepribadian, dan nilai termasuk kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri mereka, sehingga mereka memiliki arah dan tujuan hidup yang realistis dimana mereka memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri.

Berdasarkan hasil penelitian layanan informasi pemahaman diri yang diberikan oleh guru pembimbing kepada siswa kelas XI SMA telah dilaksanakan dengan baik. Rasa percaya diri siswa yang cukup baik dalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain. Siswa dapat berpikir positif dengan baik jika dihadapkan dengan masalah-masalah pribadi dan mengalami masalah dengan orang lain. Siswa juga memiliki

kebiasaan yang efektif dengan bersikap proaktif, berpikir dahulu sebelum bertindak, dan melakukan introspeksi diri.

Kecerdasan emosional merupakan merujuk kepada kemampuan-kemampuan memahami diri, mengelola emosi, memanfaatkan emosi secara produktif, empati dan membina hubungan (Yusuf dan Nurihsan, 2012: 240). Selanjutnya Salovey dalam Goleman (2002: 58) mengatakan bahwa terdapat lima komponen utama kecerdasan emosional, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA tergolong baik. Artinya, siswa bisa mengenali emosi dirinya sendiri dengan baik, bisa mengelola emosinya dengan cukup baik, bisa memotivasi dirinya sendiri dengan baik namun tetap memerlukan orang lain untuk memberikan motivasi, bisa mengenali emosi orang lain dengan baik, dan bisa membina hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, kecerdasan emosional yang dimiliki siswa akan membuatnya tampil menjadi orang yang percaya diri, mampu berkomunikasi dan berhubungan baik dengan orang lain.

Layanan informasi pemahaman diri yang diberikan oleh guru pembimbing dapat mempengaruhi kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi pemahaman diri berpengaruh positif terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA. Hal tersebut dibuktikan dari hasil uji regresi linier sederhana yang menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi variabel layanan informasi pemahaman diri bernilai positif yang berarti jika terjadi perubahan pada variabel layanan informasi pemahaman diri, maka akan diikuti perubahan pada variabel kecerdasan emosional siswa. Upaya guru pembimbing dalam memberikan layanan informasi pemahaman diri berdampak baik atau positif terhadap kecerdasan emosional. Artinya, upaya layanan informasi pemahaman diri dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa.

Implementasi bimbingan dan konseling dalam pelaksanaan kurikulum tingkat satuan pendidikan menentukan peran atau fungsi guru sebagai konselor dalam melakukan bimbingan kepada siswa. Oleh karena itu guru dalam kelas dalam melaksanakan bimbingan dan konseling sangat penting dalam rangka mengefektifkan pencapaian tujuan pendidikan yang dirumuskan dengan memperhatikan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling. Hal tersebut seperti yang diungkapkan oleh Daryanto dan Farid (2015: 172) bahwa bimbingan dan konseling pribadi adalah suatu proses pemberian bantuan dari konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik/konseli untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusannya secara bertanggung jawab tentang perkembangan aspek pribadinya, sehingga dapat mencapai perkembangan pribadinya secara optimal dan mencapai kebahagiaan, kesejahteraan dan keselamatan dalam kehidupannya.

Pelaksanaan layanan informasi bimbingan pribadi tentang pemahaman diri yang baik akan memberikan dampak positif pada perkembangan kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa. Konselor dan guru merupakan suatu tim yang penting dalam kegiatan pendidikan. Keduanya dapat saling menunjang terciptanya proses pembelajaran yang lebih efektif. Oleh karena itu, kegiatan bimbingan dan konseling, tidak dapat dipisahkan dengan kegiatan sekolah dalam memanfaatkan layanan informasi bimbingan pribadi tentang pemahaman diri dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian ini secara umum menunjukkan bahwa layanan informasi pemahaman diri berpengaruh terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA. Sedangkan hasil penelitian ini secara khusus dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Layanan informasi pemahaman diri pada siswa kelas XI SMA termasuk kategori baik. Artinya layanan informasi pemahaman diri memberikan dampak positif terhadap siswa, yaitu rasa percaya diri siswa termasuk kategori cukup, kemampuan siswa dalam berpikir positif termasuk kategori baik, dan kemampuan siswa memiliki kebiasaan efektif termasuk kategori baik. (2) Kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA termasuk kategori baik. Artinya, rata-rata siswa kelas XI mampu mengekspresikan dan mengendalikan emosinya dengan baik. Penilaian tersebut dilihat dari lima aspek, yaitu kemampuan siswa mengenali emosi diri termasuk dalam kategori baik, kemampuan siswa mengelola emosi termasuk dalam kategori cukup karena bisa mengontrol emosi, kemampuan siswa memotivasi diri sendiri termasuk dalam kategori baik, kemampuan siswa mengenali emosi orang lain termasuk dalam kategori baik, dan kemampuan siswa dalam membina hubungan termasuk dalam kategori baik. (3) Terdapat pengaruh layanan informasi pemahaman diri terhadap kecerdasan emosional pada siswa kelas XI SMA.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka penulis dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut: (1) Layanan informasi pemahaman diri hendaknya dapat diberikan secara personal kepada siswa di luar jam pelajaran. (2) Guru bimbingan dan konseling menjelaskan dan menyarankan kepada siswa untuk mengikuti berbagai kegiatan positif, seperti kegiatan ekstrakurikuler dan membentuk kelompok belajar untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan bersosialisasinya dalam upaya meningkatkan kecerdasan emosional siswa. (3) Diharapkan kepada siswa agar selalu memanfaatkan pelayanan bimbingan dan konseling yang diberikan, sehingga setiap permasalahan yang dihadapi dapat diselesaikan dengan baik, khususnya terkait dengan pengendalian emosi. (4) Diharapkan kepada orang tua agar selalu memberikan perhatian dan bimbingan penuh agar kecerdasan emosional yang dimiliki oleh anak dapat dikembangkan.

DAFTAR RUJUKAN

- Alfiah, Gesti, H. Opod dan J.S.V. Sinolungun. (2013). *Gambaran Kecerdasan Emosional dan Prestasi Belajar pada Siswa SMP Negeri XI Manado*. (Online). Jurnal e-Biomedik (eBM). (<http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/viewFile/1164/940>, November 2015).
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrori, M. (2008). *Memahami dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan I. Untan Press: Pontianak.
- Daryanto, dan Farid, Mohammad. (2015). *Bimbingan Konseling: Panduan Guru BK dan Guru Umum*. (Cetakan ke-1). Yogyakarta: Gava Media.
- Fahturrahman, Barry. (2015). *Korelasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Interaksi Sosial Siswa Kelas VIII SMPN 10 Pontianak*. (Online). Jurnal Untan.

(<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/download/12526/11369>, Januari 2016)

Goleman, Daniel. (2002). *Kecerdasan Emosional*. (Cetakan ke-12). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Nurnaningsih. (2011). *Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa*. (Online). Jurnal UPI. (<http://jurnal.upi.edu/file/26-Nurnaningsih.pdf>, November 2015).

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.

Yusuf L.N., Syamsu dan A. Juntika Nurihsan. (2012). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.